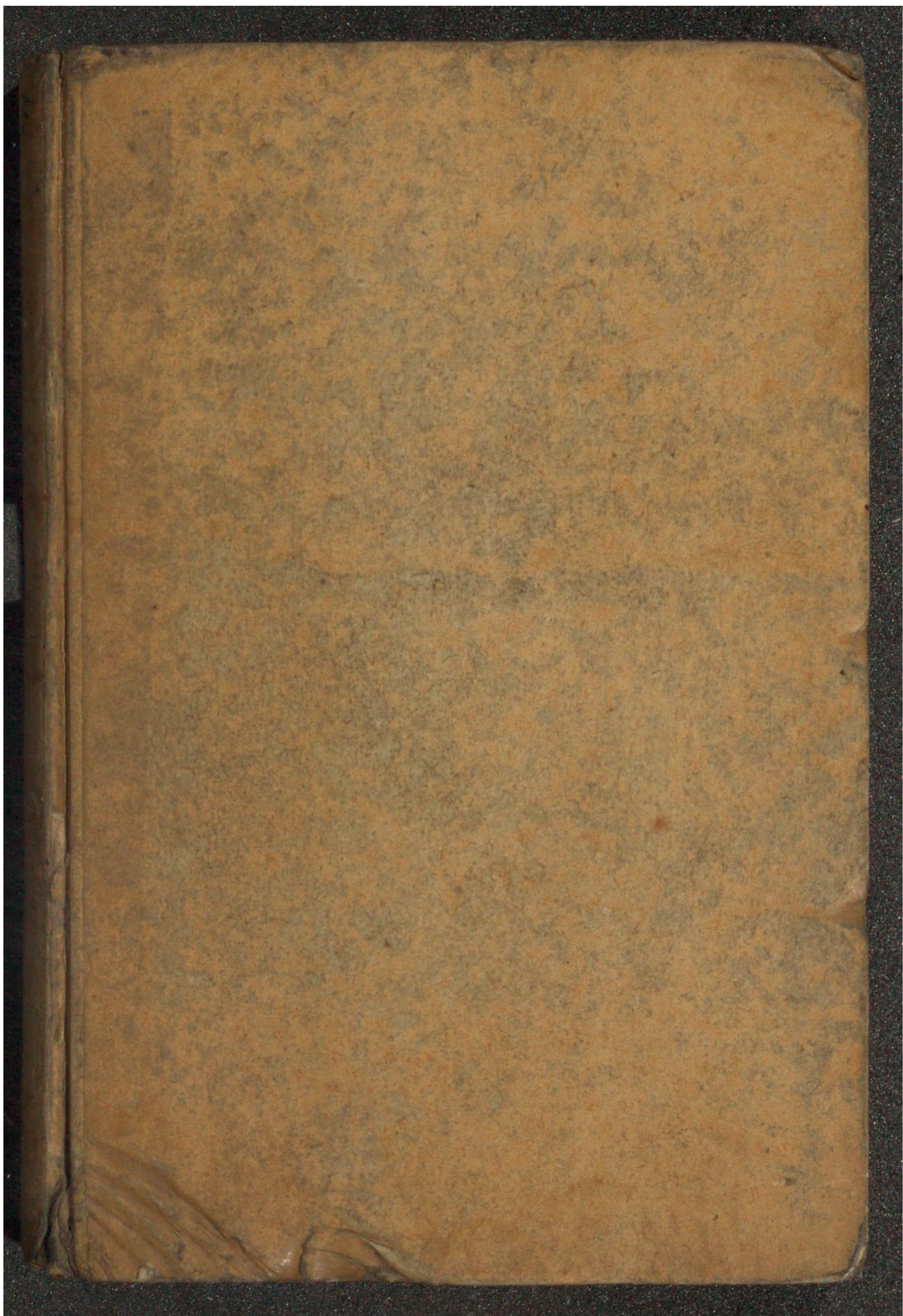



1529

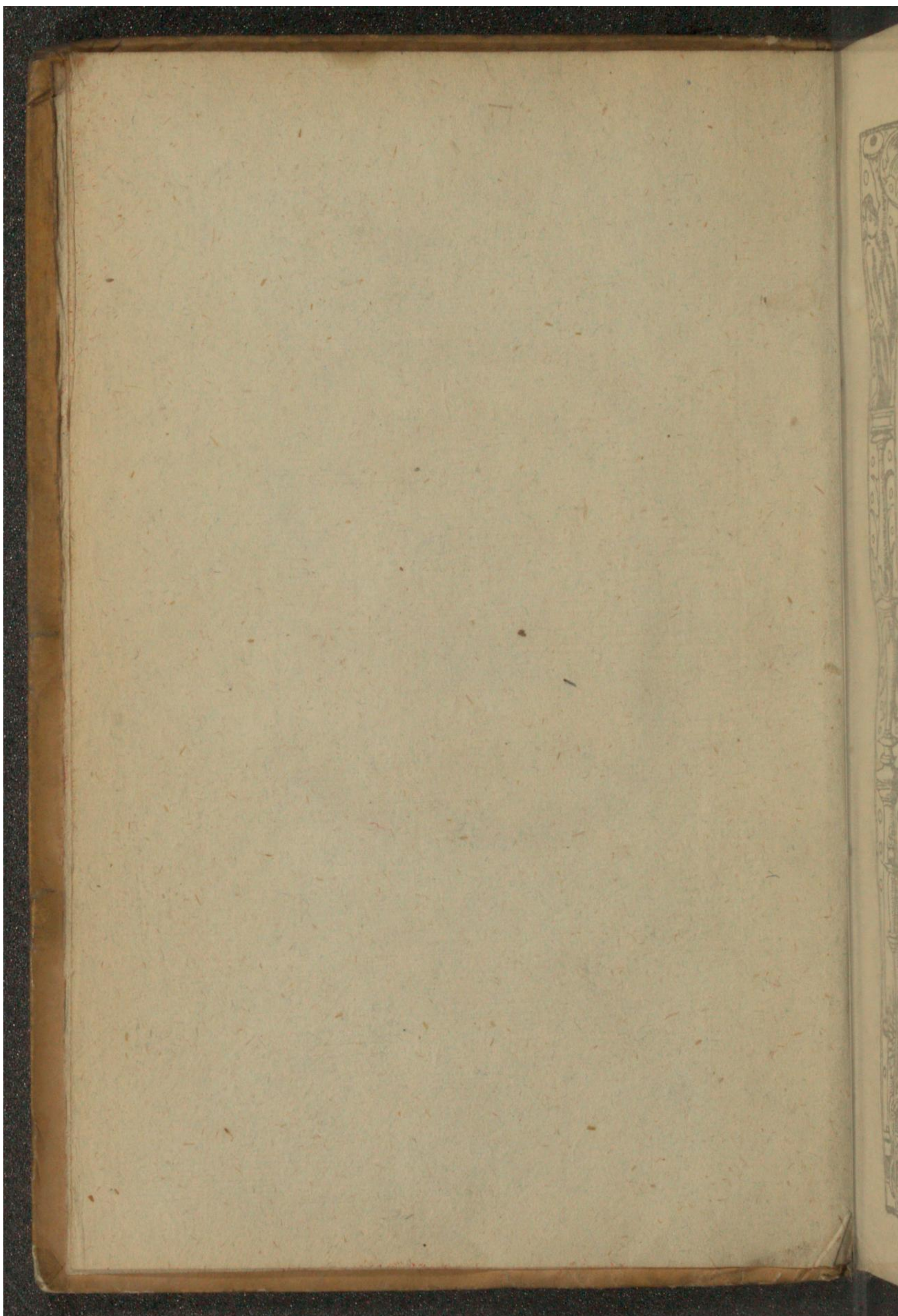









ΠΑΝΤΑ . ΜΕΤΡΙΑ.
A. BRAUNE.



# HIPPO-CRATES DE VICTVS ratione priuatorum.

Galeni commentarius in eundem.

Guinterio Ioanne Andernaco interprete.

Parisijs apud Christianum VVechel
M. D. XXIX.

NOBILISSIMO VIRO IOANNI *Frãcisco Rocquio, Domino apud Roberual, antesignano illustriß. principis Roberti à Marca, Marscali Franciæ, Ioãnes Guinterius Andernacus. S. D.*



DVBITATVM est hactenus inter multos, vir Clarîſs. armáne, an literæ maiorē gloriam mortalibus pararent. Illa ſiquidem in patriæ defenſionem ſuſcepta, communem fructum adferunt: hæ rectè geſta, cum legibus honeſtiſſimis quibus vita regitur, ab iniuria obliuionis aſſerunt, & quaſi deos earũ cultores reddunt. Verũ illi maximaquaq; laude digni ſunt vel omnium calculis, qui ambo illa ſic coniunxerunt, vt neutrum neglectũ eſſe velint. Hoc tu, IOANNES ornatiſs. à ſuperis ita cõſecutus es, vt ſi geſta patriæ nomine etiãnum beneficijs rependerentur, cũ veteribus

ribus illis Romanis certare queas. Si
vero literas respiciam, non tantũ nobi-
les omnes, verum plerosque φιλολόγους
etiã superas. Deum immortalẽ, quantũ
me recreat nomen illud Rocquij, quo-
tiescũq; vel recordor, vel prædicari au-
dio. Prodierunt ex vestra progenie ma
ximi viri, non aliter q̃ ex equo troiano.
Testimonio est vel vnus Iacobus Roc-
quius: vir, ita mihi dij faueãt, omni præ-
conio maior, vel in literis, vel in militia,
ex animo egregie mihi charus. Quæ
cũ ita sint, vir eximie, nõ possũ cõmit-
tere, quin animi erga te mei μνημόσυνον
aliquod ostendam offerãque, hoc est,
munus chartaceũ: libellũ videlicet de
victus ratione, qua in ocio ad sanitatẽ
tuẽdã vteris: cũ in bello nõ liceat. Susci
pe quæso hilari animo hoc q̃cquid est,
dum maiora quandoque parauerimus.
Vale feliciter.

Præfatio.



Nus hic liber est, peculiari insignis titulo, quẽadmodũ prima totius superioris libri portio, qua de hominis natura disserit. Nã perfectũ in illo est quod titulus promittit: nihil uerborum etiãnum desiderãs. In hoc autem rursus, quæ proposuerat, toto commentario perdocet. Quãobrem ijs quæ duobus his libris interiacent, sublatis, commodam inscriptionem peculiarẽ totum opus sortitur. Quam nonnulli de natura humana & uictus ratione indiderunt. Cæterũ ut nullũ plane uitium habet libellus de NATVRA HVMANA, uitiosa autem omnia quæ duobus libris interposita sunt, ita cõmentarius hic de uictus ratione salubri, in plurimis culpa ac uicio caret: Hippocratis opinionẽ semper repræsentans. In quibusdã uerò, ijsq; paucißimis, mendosus est. Porrò statuamus esse POLYBI, sicut plærisque uisum est.

# HIPPOCRATES DE VICTVS ratione priuatorum, addito Galeni commentario in eundem.



IDIOTAS hãc viuẽdi rationẽ sequi oportet.

¶ Quosnam ἰδιώτας græcè nominet, commentarij interpretes omiserũt, quotquot mihi eius exemplaria uidere contigit. Imò neq; ego cum opus apud præceptores relegerem, inquirere unquam cogitaui. Iam uero interpretandi prouinciam aggrediẽs, male præceptores nostros, & expositores existimaui reliquisse conijciẽdum, considerandúmque quos ἰδιώτας uocitet. Liquet enim infrà positam uictus rationem non uniuersis hominibus, uerùm solis priuatis Polybum consuluisse. Atqui si priuatis duntaxat commentarium conscripsit, minus rectè interpretes citra distinctionẽ inaudierunt, tanquam omnibus communiter illa tradiderit. Nam inuenimus apud Græcos non simpliciter, sed relatione ad aliquid idiωtas, hoc est Latinorum lingua, priuatos appellatos fuisse. Quippe alium huius artis idiωtam, alium illius exercitij nominant. Interim ad eos referunt, qui populum aut ciuitatem gubernant, uel omnino publicum aliquod munus obeũt:

ediuerſo partientes illos, qui uelut propria curant, idiωtas nūcuparūt. Ac ex his nōnullos idiωtas, dū penitus cōſidero, dixiſſe mihi uidetur. Nā athletas ab alijs hominibus ſeiūctos eſſe perliquidò conſtat: quoniam illi nullam uictus rationem in pane & carnium eſu præfinitam habent, quemadmodum nec ijs, qui militiā ſequuntur, uel iter faciunt, uel etiā pugnant, ciborum delectus præſcribi poteſt. Quippe neceßitas cogit aſſumere, quorum quiſq; copiā habuerit. Forſan etiā quomodocunque feſtinam profectionem ſubeuntibus, aut omnino in ciuilibus negocijs, aut circūforanea uita, Græci περιστατικὴν appellant, uerſantibus, certus uiuēdi modus, ut Polybus iubet, nullus poteſt inſtitui. Solis igitur priuata adminiſtrātibus, Græcis ἰδιοπραγοῦντες dicuntur, ſequens diæta conuenit.

Hyeme plurimum eſſe, minimum bibere cōducit. Sed potioni vinum quā meraciſſimum: cibo panis exhibendus eſt, obſonia erunt aſſa omnia: oleribus pauciſſimis hoc anni tēpore vti expedit, ſic enim potiſſimum corpus, & calidum, & ſiccum euadet.

¶ Recte nimirum fecit totius diætæ ſummā præfatus, quòd in ſermonis fine adſcripſerit, quāobrem unumquodque

quodque

quodque dictorum instituatur. Etenim calefaciẽdum corpus, siccandúmque propter immoderatam hyemis temperiem autumat. Quæ si mediocris ac symmetra, sicut ueris, esset, diætam quoque mediocrem indubiè fieri iußisset. Quippe mediocriter temperatéque affecta, conseruare conuenit: quæ à naturali modo recesserunt, transmutare. Sed mutatio haud aliter quàm ex contrarijs excœßibus, siue ametrijs fieri potest. Quo accidit, ut corpus impendiò magis uel calfactum, uel incalescens, refrigerari desideret: refrigeratum rursus & refrigerascœns, excalfieri. Itidem in humidi siccique intemperie per cõtraria morbidos excessus purgare est opportunum: uidelicet cõtrariam immoderationem offerendo, à medio temperatoq; tantum recedentem, quantum morbus inde declinauit. Hac igitur ratione per hyemem frigidam humidámque temperamento, plurimum esse, pauxillum bibere conducit. Verum, hoc plurimum, non œu ad uirtutem, sed tanquam ad alia anni tempora: sic de potu perexiguo sermonem ad alia tempora conferemus. Huc spectat nimirum quod dictum est, uinum meraàßimum esse oportere, putà ipsius temperamenti collatione ad alias anni partes facta. Attamẽ si uiriũ quantitati, præsentiq; cõmodo animũ adhibueris, uinũ semper ac cibũ mediocrẽ appones: quemadmodũ & somnũ, exercitia, simpliciter omnia animi studia, q̃ Græcorũ medici ἐπιτηδεύματα uocãt, moderata p̃mittes. Porrò q̃

*uinum meracius ac carnes assæ calefaciāt, siccéntque, si cum maza hoc est panis offa & oleribus conferas, nemo est qui ignoret. Pari modo panē si eius offæ cō- paretur, calefacere dices & exiccare. Quæ omnia tā- quam exempla ab Hippocrate dicta putandum est. Tu uerò ex seminibus quoque, panificio ineptis, Græci ὄσπρια nominant, calida & sicca, sicut lentem adiece- ris. Quin & olerum quædam hac uirtute prædita, uti Braßicam. Ad hæc carnes, cuiusmodi sunt animantium agrestium, & sale conditæ. Sed hæc omnia ego etiam exempli gratia produxi. Cæterum uniuersa alimento- rum materia tribus nostris commentarijs est membra tim tractata: hoc nempe titulo, De Alimentorum facul- tatibus. Quæ ut pulchrè de cibis deligendis ac uitandis secundum qualitates prodita, sic de ciborum quantita- te nihil hic prætermissum est. Edere nanque plurimū, ut ad alias anni partes, per hyemen concedēdum: haud „ignaris probè in aphorismis esse dictum: Aestate & „autumno cibos difficilime ferunt: per hyemē facilime, „mox Vere. Quòd si iam cōdiscere cupias, quare hæc fi ant, docuit & hoc Hippocrates in aphorismis ad eū modū: Vētres hyeme et Vere natura calidißimi, quo- niam aër nos ambiens frigidus, constringendo cutem, ingenuum calorem repellit, et in alto corpore conclu dit: qui æstate perspiratu euaporat: respiratione uerò calidus aër attrahitur. Nominamus autem respiratio- nem, externam interiorémque spiritus per os tralatio- nē. Perspiratū, qui per totū ex equo corpus accidit.*

Vere

Vere iam ineunte, plus ſed dilutius & paulatim bibendum eſt: Cibo demendum: eoque molliore, panis offa videlicet, ipſius panis loco, vtendum eſt. Eadē lege tranſeundum ab aſſis obſonijs ad elixa donec in æſtatem ventum fuerit. Hac, cibo molli, et elixis pulmentarijs, & oleribus tum crudis tum coctis: potione plurima ac dilutiſſima corpus eget. Cauendum tamen, ne magna ſubito dictorum fiat mutatio.

¶ *Vere (inquit) plus & dilutius bibendum eſt: nõ plurimum, neque dilutißimum. Nam æſtate hoc cõuenit: ut quæ contrariam cum hyeme temperiem obtineat. Ver autem ut in ſummorum medio tēperaturã habet, ita quoque mediam uictus rationē requirit: Frigidiorē ſanè & humidiorē, ut ad hyemem: calidiorem & ſicciorem tãquam ad æſtatem. Hinc igitur liquet, quo modo æſtatis & autũni uictus ab eo præſcriptus inaudiri debeat. Quare id mihi præterire uiſum eſt. Illis qui ſepius cõmentariũ relegunt, mentemq; diligenter adhibent, omnia manifeſtò dicta cõperio: ut nullã hactenus deducta ſeries interpretationē deſideret.*

Aeſtate nutritioni aptiſſima ſunt, panis offa mollis, potio tum multa, tũ di-

luta

luta, opsonia omnia elixa. Atq; hæc ita sunt obseruanda, vt corpus sit molle & frigidũ. Nã calido anni tẽpore & sicco exuritur, squallidũq; euadit. Quare his rationibus tueri oportet. Pari modo ex vere in æstatem, sicut ex hyeme in ver traducere expedit: cibis demẽdo, adijciẽdoq; potioni. Rursus qui annũ absoluit, ex æstate in hyemẽ cõstituetur. Per autumnũ cibo paulo pleniore & sicciore: opsonijs similibus vti licet: minus, sed meracius bibere cõmodũ est. Vt cũ hyems bona contigerit, meraca etiam magis, & exigua potione, cibo copiosissimo & vehemẽter sicco vti. Ita eñ hoc frigido admodũ et humido tẽpore optima valetudine frueris, minusq; rigebis.

*¶ Præsens institutio clara est, nec interprete opus habet, (cũ Polybus manifesta omnibus reddiderit): neq; obscuræ cuiusdã methodi inuestigatore. Verũ ut uerba iacẽt ita quoq; per se satis innotescunt.*

Plenis, mollioribus, rubicũdulis ob tẽperaturæ humiditatem siccior victus maiore anni parte ex vsu est.

¶ *Quemadmodum*

*¶ Queadmodũ ætatũ differẽtiæ diuersã uictus ratio nẽ ostẽdũt, sic etiã corporũ habitus: ad quorũ enarra tionẽ descẽdit, sermone de ætatibus absoluto. Porrò sicut in ætatibus cõuenietẽ uiuẽdi modũ, ita in corpo rũ speciebus ostẽdit. Etenim pleni, molles, rubicũdi ex tẽperamẽti humiditate tales euaserũt. Secus affecti, de quibus mox dicturus est, siccitatis occasione. Cõuenit igitur humidos sicciore diæta uti: siccos humidiore. Atq; si hæc uera pronũtiata sunt, nimirũ tẽperati, ui ctu tẽpato utẽtur. voco aũt tẽpatos, neq; graciles neq; obesos: sed quadratos, quos Græci εὐσάρκους appellãt.*

Gracilibus, duris, ruffis & nigris, hũi dior. Nã huiusmodi corpora sicca sũt.

*¶ Tẽperamẽtorũ notas pfecte in cõmẽtario de tẽpera turis exeauti sumus: ubi duros et graciles siccioris esse tẽperiei, sicut nigros quoq; docuimus. Atq̃ siccos tẽpe ratura nõ ruffos, sed his colore uicinos, quos flauos nominãt, esse diximus: quoniã et flaua bilis tẽperamẽ to sicca est. Verũ scriptores nõnulli interim uocabulis parũ exacte utẽtes, rerũ disciplinã cõfũdũt. Sic enim nõnulli Germanos uocãt flauos, & si tales non sint, modo uelis accuratè nuncupare, sed ruffi. Reliqua in sermone præposito uere iuxtà ac manifestò dicta sũt.*

Iuuenibus mollior & humidior vi ctus conducit: quorum ætas sicca est, et corpora magis induruerunt. Senibus magna ex parte siccior aptus est. Si-

quidẽ

quidem humidi, molles & frigidi ſunt.

¶Ad ætates digreſſus, parum integre ipſas diſtinxit, qui non quatuor, ſed duas tantum differentes ſtatuerit. Nam ſi uictus modi indicationem ab ætatū tēperamentis accepturus erat, certe conueniebat, uti quatuor ſunt temperamenta, ſic ætates quoque quatuor conſtituere: Nempe humidam & calidam puerorum. Siccam & calidam florentium. Siccam et frigidā declinantium. Humidam & frigidam ſenum. Puerorum uero humidam eſſe ætatem conuenit: quòd in alio tēperamento corpora increſcere nequeant. Florenti, quoniam impendiò calida, & ſicca eſt, contrarijs confert uictus rationibus uti: quemadmodum & ijs qui hac ætate ſunt maiores. At de ſenū ætate non mediocris quæſtio eſt, ab omnibus propemodum neglecta: de qua poſt paululum dicturi ſumus, ubi ſermonem de alijs inſtitutum expedierimus. Nam ſi in confeſſo eſt pueros plus humiditatis habere, quàm integre ſanis conferat: plus item caloris (haud enim ſimpliciter calidi ſunt ut iuuenes, ſed innata caliditate, quæ temperata eſt ex probo ſanguine profecta) media inter pueros & iuuenes, quæ eſt puberum & adoleſcentium ætas, in optimo nimirum temperamento conſiſtet. Quod cum ita ſe habeat, etiam uictum temperamento medium adhibere conuenit, qui nec humidius nec ſiccius, uel calidius, uel frigidius ipſorum corpus efficiat. Puerorum ſane corpus etſi humidius, quàm ſalubris

habitus

habitus exigit, non tamen exiccatum oportuit. Hoc e=nim modo, ne crescerent prohiberemus. Verum de se=nibus, quoniam nonnulli ipsos humidos, aliqui siccos, utrique indefinitè dixerunt, distinguendum nobis ue=nit quatenus sint sicci, quatenus humidi. Ostensum id est in opere de Temperamētis. Ipsis enim solidis cor=poris particulis siccos esse declarauimus. Quia uero multis ob temperamenti frigiditatem recrementis a=bundant, humidi nominantur. Ratio igitur est, cōtra=riam ac duplicem ab hac ætate indicationem medicis fieri, tum propter temperamenti partium solidarum quæ humectari cupiunt, siccitatem: tum ob humidorū superfluitatem, quæ exiccari postulāt. Quæ utraque quonam modo obserues, absolutè traditum est in li=bro de Tuenda ualetudine. Quod huc attinet, satis est summam eorum, quæ isthic descripsimus paucis indi care. Cibi quidem & potus, aliáque uniuersa eò spe=ctant, ut humectent, calefaciant, quantum scilicet, hu mectare, et calefacere senum corporis solidas partes decet, quæ solæ etiā propriè nominantibus partes exi=stunt. Porrò de pituitosis superfluitatibus euacuandis prius considerandum est. Proinde si ex commentario de temperamentis repetas, discásq; artificio ac scien tia peculiarem senum temperaturam, frigidā esse & siccam: humiditatem uero ad satitiam propter pituitæ recrementorum prouentus, ipsos habere: digressus e=tiam inde ad Sanitatis tuendæ libros, unà condiscas, quis diætæ modus senibus conducat, luculenter intelli=

ges,

*ges, quàm nihil in præscripta serie definitum distinctúmque sit. Neque enim bifariam hominum uita diuidenda erat: neque senum corpora, mollia & humida dicere oportebat: neque quòd siccis ipsos tēperie alimentis uti conueniret. Cum enim iuuenes dixit compacta corpora habere & temperamento esse siccos, satis constat de florentibus solum uerba fecisse, & hos nominasse iuuenes. Omisit ergo & puerorum ætatem & declinantium: utq́; ego arbitror, & temperatißimam, quæ inter pueros & florentes media consistit. Atqui obscurum non est, uel ipsummet orationem suam suspectam habere, non enim simpliciter ait, seniores uictu siccìore alendos, sed adiecit, magna ex parte. Idem nanque id erat ac si dixisset, non perpetuò: quod certe neque habitui corporis, neq; ætati alij apposuit. Quoniam suam cuiq; corpori diætam semper oportet instituere.*

Proinde habitus, & ætatis & temporis anni ratione, vitæ modū instituere oportet, qui præsentibus & calori & frigori contrarius existat. Sic enim potius sani degemus.

*Totus hic sermo & uere & clarè ab eo dictus est: iam sæpe in pluribus commentarijs nobis absolutus.*

Per hyemem celeriter ambulandū, æstate conquiescendum est, aut non

in ſole ambulandum.

¶ *Quomodo ambulandum ſit in quaque anni parte, docet. Hyeme quidem exiccans calefaciensq; ambulatio deligenda: Aeſtate contrarius ſcopus conuenit: uel non per ſolē, ait, ambulare. Tunc enim ſiccitatē, calorēq; q inde corpori accidit, euitare ocius conabimur.*

Obeſis cita ambulatio, gracilibus lenta conuenit. Per æſtatē multo balneo: Hyeme, rariore vtendum eſt, idq; magis tenuibus quàm obeſis.

¶ *Celer motus calorem plus ſatis inaugens, corpus colliquat. Ex modico calor mediocris tum ſanguinem felicius generat, tū nutrit plenius. Eóque animantibus in εὐτροφίαν hoc eſt probam alimoniā ſimul uertitur.*

Hyeme corpus veſte pura, per æſtum oleo infecta velandum eſt.

¶ *Quid ſanè ſcriptor doctius conſiderauit eo quod ab omnibus dictum eſt interpretibus, ipſe nouerit. Nā ſi puras ueſtes Hyeme cenſet geſtādas, q magis calefaciant, uel etiam perſpiratum non impediant: oleo autem infectas per æſtatem, aut quòd refrigerent, aut quòd perſpiratum obturent, ſermonem non probo. Etenim ex puris ueſtimentis, quæ denſam ac frequentē filorū texturam habent: maxime uero ſi fuerint detrita uelamina, q̃ Græci τρίβακα nominãt, refrigerãt. His igitur uti cōmodius eſt. Quippe oleo infecta*

*fecta, ſordida plane ſunt: nemo autem elegantiorum hominũ ſordidas ueſtes ſuſtinet, præſertim æſtate. Quinetiam infecta puris temporis ſpatio magis calefaciunt: licet primo occurſu fuerint frigidiſsima.*

Obeſi qui graciles fieri cupiunt, labores vniuerſos ieiuni ſubibunt: et ſuſpirantes adhuc, necdũ refrigerati cibũ aſſument. Vino prius tẽperato, & non perfrigido vſi, opſonia ſeſamis, vel dulciarijs: aliiſque id genus conficiantur. Atque hæc copioſa: ſic enim vel pauciſſimis ſaturantur.

*¶Quod in ſermonis fine dictum eſt, puta, Sic enim paucißimis ſaturantur, nonnulli de omnibus commemoratis dictum eſſe confirmant: quidã de ſolis opſonijs, quæ ex ſeſamis, & ſimilibus, alijsque multis quibuſdam præparari iubet. Prædicta ſunt, ieiunũ exerceri, hoc enim manifeſtò uacuat, ſicut à cibo labor implet. Huc accedit illud, adhuc ſuſpirantes ab exercitijs cibum aſſumere: calore nõdum in eis diſcuſſo, neq; corpore refrigerato. Quod, ut quis plenior euadat ocius, efficere nemo non uidet. Si uero alia quadam ratione autor corpus attenuare conatur, id nobis obſcurum eſt. Quòd tamen pleriſq; hoc obſtructiones in uiſceribus produxit, exacte nouimus: quemadmodũ & acria ſecundum cibum exercitamenta. Adde etiam ꝗ balnea*

*balnea arctos in iocinore transitus alimenti habentibus, obstructionesprocreant. Dictum est mihi de his omnibus simul cum distinctionum notis in commentario de Sanitate tuenda, restat ut de ipsa uerborũ serie disceptemus, ubi ait, & uino nõ pfrigido prius usi: ut enim frigidũ esse iubet, nõ autẽ insigniter frigidũ, ita sermonẽ deduxit. Atqui nõ prorsus copiosũ uinũ ab exercitijs statim bibendũ censet, sed aquã prius: quẽadmodũ athletæ faciunt id experientia edocti. Caput enim uinum conscẽdit, & si post balineum statim ante alios omnes cibos & potus adsumatur. Non tamen frigidæ potio ab exercitijs, nisi calidũ præbibas, tuta est. Nam & ipsa uentrem, tum iecur manifestò offendit: quorundam quoque neruos. Attamen habitus frigidũ uinum corroborat. Vult autem horum scriptor ipsos soluere. Forsitan alio modo quid scriptum erat: uerum peccauit, qui idem postea apposuerit. Multa siquidem eiusmodi etiamnũ accidere uidentur: cum pro eo quod est neque ex toto calidum, non perfrigidum scribere ipsum conueniat. Nam qui cibum respirãtibus adhuc offerendum iudicat: corpori uidelicet multis uaporibus pleno, uolet etiã uini calidi potione magis ipsos implere. Cum autem percalidum frigido similiter contrahere uentrem & corroborare poßit, idem efficere obseruatur.*

Semel die cibus assumptus, balnei abstinentia, durum cubile, sine vestibus

obambulatio quanta maxime fieri potest conducit.

*Melius dixiſſet cibus modicè ſumptus, non ſemel. Quidam enim ſemel die cibo utentium multo plura aſſumunt, q̃ qui bis eo utuntur. Quemadmodum lauacrum corpus excalfaciens, præſertim extrinſecus, ad alimenti digeſtionẽ, & digeſtorum appoſitionem conducit: ita lotionis penuria contraria perficit. Durũ cubile corpus moleſtat, contrahit & adſtringit: ideoq; in omnem partem incrementum ipſius impedit. Eadem ratione & nudum obambulare, omnes ſummas partes refrigerat: cogit in altum & uiſcera & calorem, quo ibi probè quidem concoquantur: uerum in omnẽ corporis locum ferri prohibeantur.*

Qui tenues ſe implere uolunt præter quæ plenis contraria facient, nullũ ieiuni laborem ſubibunt.

*Contraria ſuperioribus craßis ſunt: neque anhelãtes ex labore epulas aſſumere, ſed ubi iam ſecundum naturã reſpirauerint: neque ſemel, uerum bis aut etiã ter cibum capere. Sic bis lauabit tenuis: ſemper autem ab epulis alterum lauacrum ingrediens, nonnunquam & primum. Pari modo exercitia modica, lenta, eaque poſt cibum accedet. Haud ſecus lectum mollem, nõ ſine ueſtibus ambulationem in aëre, commodam ſentiet. Propterea gymnaſtæ nonnulla exercitia, quæ in contrectatione*

*trectatione & corporũ pugna contingunt, ijs iubẽt, quos implere conantur: obseruantes ut corpore nudo exercendi incedant: neque cum complexu. Ecõtrariò, quos extenuare uolunt, celeri exercitio, & citra primum complexum mouent.*

Vomitu vero & alui cataclysmatis sic vtendum est: Sex hibernis mensibus vomere vtile est. Nam & pituitæ plus, & capitis grauitas subest. Adhæc præcordia dolor exercet. Cataclysmatũ æstate vsus est. Tum enim æstus biliosum corpus reddit, grauitates lũbos fatigant, & genua calore infestantur, ventris oriuntur tormina & distortiones. Iã vero superiores corporis partes per inferiores purgandæ sunt.

*¶ Quæ cataclysmata, id est ablutiones uocet, sequentibus indicauit: nempe quæ ex lacte conficiuntur: & eruorum decoctionis aquam: tum muriam & marinam. Diuersa nanque ab his pharmaca sunt purgantia, quæ uniuersum corpus euacuãt. Quemadmodum igitur mediastini balnea dicuntur abluere, quum lapidum in eis lutum & sordes abstergent: ita uentris intestinorúmque ablutiones, pituitam & bilem ipsorum detergent. Quoniam itaq; pituita per hyemem in uentriculo generatur, euacuari ipsam uomitu consulit.*

*Aestate bilem sursum conscendentem, deorsum reuelli. Attamen ubi totum corpus purgare uolueris, aestate per superiorem, hyeme per inferiorem uentrem medicandum est: Sicut in Aphorismis dictum inuenimus. Etenim iam abũdãtibus purgatio illac quà uergunt adhibita medetur. Quippe ducenda quò uergũt per loca idonea. Quae uero ab incremento prohibere uelis per opposita reuellere conducit.*

Cataclysmata plenioribus & humidioribus magis salsa, & tenuiora: siccioribus autem & gracilioribus, & imbecillis pinguiora crassioráque prosunt. Pingue igitur & crassum est lac, aqua ex cicere cocta, atq; hoc genus alia: Tenue & salsum olus, aqua marina, reliquáque huiusmodi.

*¶ Incisoria magis cataclysmata pinguioribus adhibẽda existimat: ut qui natura sint pituitosiores. Leniora gracilibus: utpote biliosioribus. Porrò quales amborũ sint materiae, ex uerbis illius manifestis adeò constat. Quamobrem ijs relictis ad sequentia me conuertam.*

Vomitus prouocandi hoc pacto sunt: Crassi, ieiuni, cursu, aut cita ambulatione exercitati, medio die vomere debent.

¶ Excalfactum esse corpus obesis, qui uomituri sunt praecipit: ut humores pituitosi, quos crassi copiosos habent, diffundãtur. Quin & uasorũ adapertio, omniũmque angustorum meatuum raritas sic potissimum queat accidere. Caeterum haec omnia ad uomitum facilẽ, citráque molestiam excitandum conducunt:

Potui sumãt sesquicyathũ hyssopi, aquae cõgio intriti, eũq; totũ bibãt, aceto saleq; adiecto, quo plurimũ edulcescat.

¶ Quòd potum incidentem esse cupit, quamq; ob causam, nemo nõ habet perspicuum. Quoniã enim crassi homines, crassos etiã humores, & frigidos, tũ quosdam eorum uiscosos plerunq; habent, ideo potionem ipsorum incisoriam esse iubet. Quantam uero copiam illius, unde conficit potum, exhibeat, non exactè possum interpretari: quòd mensura interim quam congiũ nominant, non eandem apud omnes habet magnitudinem. Si uero Atticum bibere praecipit, non admodũ consuetudini consentit. Multum nanq; esse mihi uidetur: & si apud ueteres moris erat, siue lactis sero, siue huiusmodi quodam cataclysmate malebãt uti, permultum id exhibere.

Primũ lentè, mox citius potãdũ est.

¶ Si igitur initio bibat ocyus, mox euomet, prius q̃ totũ expediat: proijcietq; humores in uentriculo cõtentos. Quibuscũ & in primis uenis recepti euacuãtur: q, si primũ lentius, dein ocius bibat, ita & tẽpore mediocri

*continere poterit, & tēpestiue ad uomitū incitabitur: quòd postea confertim magis biberit.*

Tenuiores, magisq; imbecilli â cibo vomitum ita mouebunt: Loti calida meri cyathos tres bibent: dein epulas varias assument: verum sine potione: neque post has bibendum est, nisi tāto interuallo, quanto stadia quatuor expedias. Pòst vinis tribus commistis vtendum est: austero, dulci, & acri. Primo meracius & modice, paulatimq; bibere: post ea dilutius, liberalius et citius conuenit.

*¶ Iubet hic calida lotum, meracius præbibere: hac (ut conijcere poßum) ratione usus: quòd ex calida lotione totum corpus incalescat, & succi diffundantur, uasáque laxiora fiant. Eadem uerò hæc & uinum meracius efficit: præter, quòd uirtutem corroborat: cuius rationem in gracilibus habere oportet. Postea cibum uarium assumant, cuius causam omnes expositores non eandem tradiderūt. Quibusdā enim illorū uaria exhiberi uidētur, quòd inuicem luctantia facilius uomitum concitent, alijs ut plus ingeratur. Nam simplicia eiusdemq; speciei celerius implent. Verum ijs statim bibere non permitti, ne cibi mox supernatēt: quod fieri*

fieri nequaquam uelit. Atque ideo tempus aliquod interea, quod ad nutritionem sufficiat, consumendum præstituit: nempe quo stadia quatuor perficias. His ita præmißis, potum adijcit, terna uina, qualitate inuicem differentia. Iubet enim aliquod ipsorum esse austerum, aliud dulce, aliud acre: non relata ne hic quidem causa cur ita iniunxerit. Qui uero diuinant ipsius sententiam, aiunt austerum instrumentis corroborandis, per quæ uomitus accidet, exhiberi. Dulce ut uomitum incitet, & humores diffundat. Acre demum, ut quæ uentriculo sunt illita, detergat. Fieri igitur potest, ut cibos omnium qualitatum genere ipsos assumere iusserit, ut uentriculum alij confirment, alij ad uomitum proritent, alij succos infartos abstergant. Quod autem sæpius dicere soleo in sociorum amicorumq; consortio, id nunc quoque dicam: Non parum mihi uidentur errare homines, qui sectam dogmaticam profitentur, eo quòd citra rationem prolatam, quæ consulunt, haud aliter ac regalia quædam decreta pronunciant. Præstiterat enim cuiusque rei uim, operis autorem explicasse, sicut Hippocrates in libro de Ratione Victus in morbis acutis factitauit, ubi ptysanæ meminit. Nam uisco„ sitas eius lenis, continua, iucunda, lubrica, & modicè„ laxa est, sitim arcet: & ubi ablutione opus est, facile„ descendit: non adstringit, non uellicat grauiter, neq;„ in uentre tumescit, Sic idem de aqua mulsa, de„ uino, oxymelite: item de lauacris conscripsit, Itaque

*uiæ iam nos principium habemus, qua post autorem nonnulla ab ipso prætermissa adijciemus. Atqui dicta sunt omnia præter causæ rationem. Siquidem quòd uinum bibere meracius primum, sed modicè et paulatim retulerit: postea dilutius, celerius, & copiose, explorare nos oportet, qua id sententia ille scripserit. Verum aliâs exploratio tota, res est ambigua: maximè uero cum hominis sententia adhuc sit incognita. Dilutius igitur uinum bibere, & ocius, tum copiosè, merito dictum uidebitur de his qui uomitum expetunt. Siquidem contraria, cohibere ipsum uolentibus, & alimẽtum concoquere, sunt idonea: putà, meracius, modicẽ & paulatim bibere. Cur autem omnino ad coërcendũ accommoda primum in eo qui paulo pòst uomiturus est, usurpauit, probabile nihil dicere possumus: forsan autori probabile uidebatur, quod etiam interpretum nonnullis placet. Quia uirtutem tenuium hominũ de quibus hæc scribit, dissolui nolit, ideo primum illũ corroborat: mox ita ad uomitum cientia proficiscatur. Sed ad uires firmandas tempus à cibis oblatis suffecerat. Porro aliud alij probabile (ut dixi) est, non absectum, ceu unum quoddam, sicut necessarium, quod scientificis demonstrationibus confirmatur.*

Qui vomere bis in mense vult, melius sibi consulet, si biduo continuarit, quàm si post quadragesimum diem vomuerit. Alij prorsus contraria faciunt.

Et

¶ Et horum rationem ipſum ſcriptorem maximè adieciſſe oportebat: quoniam de ijs qui bis in menſe uno uomunt, nulla diſtinctione ſententiam protulit. Quoſdam enim uacuandi gratia uomentes conſpicio: ſicut & uno menſis die à cibis abſtinere. Nonnullos horum ſuccum uentriculo infixum, uel uiſcoſum, uel craſſum expurgare. Nihil autem prohibet utraque ex interuallo, non duobus continuis diebus facere.

Quí poſt epulas vomere volunt, vel quíbus aluus adſtricta eſt: íjs omníbus die ſæpíus, varíosque cíbos eſſe: tũ duplícia vína aut terna bíbere expedít. Quíbus vomítus non eſt vtílis, venter autem ſanus eſt, hís contraria ſuperíoríbus conueníunt.

¶ Conuenit quidem ijs cibos reuomere, qui uel aluum deijcere, uel mediocrem totius corporis euacuationem moliuntur. Conſulit autem ipſis frequenter & uaria comeſſe, uina plura bibere. Contrà illis qui neque uomitum expetunt, & aluum humidiorem iuſto habent, ut cohiberi deſideret: neque ſæpius eſſe, neque uarij generis tũ cibos, tũ uina aſſumere. Etenim ſemel idq; ſimplex aliquod eduliũ, unúmque uinũ uſurpare, uẽtriculo ipſis continendis coquendisq; conducit. Con-

*traria faciunt, ut difficilius cibi coquantur, maneántque in uentriculo. Cæterum præter assumptorum qualitatem, & exhibitionis ordinē, uel in summo natare, uel subsidere ipsa contingit.*

Pueris calida lauatio, longo tempore apta est: vinum dilutius, neque omnino frigidum. Hoc autem exhibēdum, quod ventrem minime attollit: perturbatque, & inflationes parit. Quæ omnia conducunt, ne conuulsionibus conflictentur, sed maiores, coloratioresque fiant,

*Ipse superioris diætæ scopos explicauit: nempe ut cōuulsionibus minus infestentur, maioresq́; fiant & coloratiores. Nam in calida mersi pueri, diutius molles permanent: quod, ne conuellantur, prodest. Quoniam Hippocrates ipse corporibus intensis potius, quàm remißis & laxis, conuulsiones accidere prodit. Porrò augescūt facilius corpora mollia: quia in omnem quoque dimensionem promptius sequuntur. Illa uero, quæ nec conuulsionibus corripiuntur, probeq́; increscunt, totum habitum salubrem obtinere, quis ignorat? Hoc igitur nota una haud mediocri, nempe boni coloris, autor indicauit. Sed etiam uinum ipsos dilutum bibere præcipit, ne plus æquo calfiant: maximè quia conuulsionibus sæpe exercentur. Quod rursus ex neruorum*

*imbecillitate*

*imbecillitate, & uoracitate accidit. Atque ideo non frigidum pueros bibere iubet: uerum tale uinũ, quod minime flatulentum est, omnibus ex æquo hominibus, non modo pueris conducit.*

Mulieribus ſiccior victus ex uſu eſt. Etenim cibus ſiccus, potio meracior, carne mollibus idonea eſt. Adhæc ſecundis, & fœtui nutriendo potior eſt.

¶ *Mulieres ſicciore uiuendi modo uti iubens, qualiſnam is ſit, ipſe ſubſcripſit. Habet autem uiri opinio controuerſiam. Si nanque præter naturam erat, mulieribus humidis eſſe: ſicut in naturis intemperatis & morboſis, humidus morbus, recte eas exiccaret: Verũ quia hoc à natura illis adeſt, conſeruare conuenit: niſi quũ ſalubrẽ ſymmetriã excœſſerit. At hoc quoque in uiris conſiderabamus. Etenim & his ſiccioribus quidem eſſe ac mulieribus, ſecundum naturam eſt: quando uero conuenientem ſiccitatem latius egreßi fuerint, tunc ipſorum intemperiẽ contrarijs emẽdamus.*

Qui corpus exercent, per hyemem currere, & colluctari debẽt: Aeſtate luctandũ modice, currendũ nõ eſt. In frigore multa ambulatio conuenit.

¶ *Exercitiorum differentias anni temporibus peculiarium docet: quæ hyeme calfacere, & ſiccare poßint: per æſtatem facere contraria.*

Qui cursu fatigãtur, luctari debẽt: qui ex lucta fatigationem sentiunt, his currendum est.

*Si ita dogmatici medici omnia scripsissent, nulla esset loquacitatis occasio interpretibus relicta. Dico autem, ita, ut causam adiecissent, cur sic nos agere iussisset, quod nunc Polybus factitauit.*

Quibus exercitatis ventris profluuia oboriuntur, & cruda deijciuntur, ijs exercitiorum pars tertia, ciborum dimidia prorsus demenda est. Quippe vẽter eorum copiam continendo non est: Adhoc panẽ quãmaxime assum ex vino esse oportet: bibere vero nimisquã modice, sed meracius: Sẽper autẽ post cibum conquiescere, qui semel die tunc assumendus est. Hac enim ratione ventriculus sibi cõmissa fouet, mutatque. Accidunt huiusmodi profluuia potissimum densa carne præditis, cum carnẽ vorare cogãtur. Nam venæ densiores alimenta non recipiunt. Atqui tales in eodem habitu subsistere diu non pos-

sunt:

ſunt: ſed in alterutram partẽ declinant.

¶Non de ijs qui ſanitatis gratia exercẽtur, hunc ſermonem inſtituere uidetur, ſed illis qui ſtudiũ aliquod gymnaſticum ſubeunt: nec inde prorſus abſtinere poſſunt, nec temperare. Ideo tertiam exercitij partẽ eis adimit: ciborum uero dimidiam. Tantillam enim ſperat contineri poſſe, ut nec cruditate, nec uentris profluuio laborent. Recte autem fecit & hic, qui rationẽ ipſorum adſcripſerit: qua utens, tum hæc ipſa, tũ his explicata conſuluit. Siquidẽ hic profluuij modus, inquit, denſa carne præditis accidit, cum carnes eſſe coguntur. Innuit hic gymnaſticos, quibus carnis eſum præcipiunt: Deinde ſubnectit: uenæ denſæ cibos ingredientes non excipiũt. Obſcure hoc protulit: ideoq; ſuſpicari interpretes coacti ſunt, denſas pro duras, minúsque exporrectas, ut alimentum non recipiant, ipſum intelligere. Atq; hoc ſignificari aiunt inde, quia cibos non excipiunt: quod digeſtionem magis q̃ concoctionem offendere conſueuit. Quare humida nõ tamen incocta ipſi deijciũt: et ſi autor prædixerit eſculẽta, crudáq; tales per aluum reddere. Porro cũ ratione addita cui fidens ille, uiſa ſibi cõſuluit, dubitatio adhuc aliqua relinquatur, quid putandum eſt in illis fieri ſermonibus, ubi cauſam eorũ, quæ nobis facere iniungit, omiſit? Ego ſane niſi denſorum meminiſſet, faterer me planè hæſitare, ut in multis alijs: in quibus cum nihil eiuſmodi ſcriptor adiecerit, audaciſsimi interpretes

terpretes, quicquid ipsis in mentē uenit, effutiūt. At, quia Polybus ipse densa carne præditorū mētionē facit, occasionē et ipsis scribēdi præbuit, q̄d huiusmodi naturis cōueniat. Nā tales celerrime copiam colligūt, parum perfecte perspirantes: eóque digestione retenta, humidæ omnino deiectiones euadunt. Interdū non modo humidæ, sed etiā tenues: præsertim in edacibus. Cum enim quippiā ex absorptis digeritur, promptius uenter reliqua concoquit. Quòd si in eo maneat ciborum copia, cum interim ab eis grauetur, omnia ante concoctionem excutiuntur. Forsan ob uenarum duritiem, alimenti digestio impediebatur: ut quæ magis extendi nequeant: Verum talium naturarū curationem, ex contrarijs apposuisse ipsum oportebat. Raritas nanq; et mollities totius habitudinis scopi existūt, molli frictione & pinguedine copiosa in solijs cōparatæ. Hic quidem aduersus symptωma tantū pugnat: cæterum ipsius ueluti radicem excindere negligit. Dictum est hoc quoq; ab eo, serie præposita. Liquet siquidem uentriculum fouere cibos non posse. Et profectò, si uerè habitus densitatem, & uenas non excipiētes alimentum accusat, falsò de uentre conqueritur. Si quidem hic ei tanq̄ uera dicenti concesseris, indubie etiam infrà positam uictus rationē rectè institutam esse concedes: Assum panem, potionem meracam, minus autem, semel die cibum capere, non secundū epulas obambulare, probabis.

Hæc autē natura celeriter in vtrāq;

partem

partẽ vertitur, & huiusmodi corporũ bonus habitus exiguo tẽpore viget.

*¶Bonum habitũ uocauit naturã eorũ qui dẽsã carnẽ obtinent, ut quæ æquali celeritate mutetur. Nã subiũgit, utrobique uertitur: hoc est, in bonam, malamq; habitudinem. Posthæc insuper adiũgit, & bonus huiusmodi corporum habitus exiguo tempore uiget. Ostẽsum nanq; est cõmentarijs in Aphorismos, quòd gymnastarũ habitus probus cum sanguinis & carniũ repletione naturaliũ facultatem custodit. Sed quemadmodum illic habitudinem in summo bonam, indicauimus esse periculosam, quæ non citò raris corporibus aduenit: ita quoq; in densioribus q̃celerrime, q̃ haud ex facili feratur, accidit. Quippe quum relabi cogatur, repentè tum oritur, tum perit.*

Qui rariores cute sunt, & hirsuti magis, carnis esum ex facili admittunt, labores magis sustinẽt, diuq; bono corporis statu fruuntur.

*¶Hirsuta corpora cutem magis rarã, et carnosũ genus habere in opere de Tẽperamẽtis didicimus. Hæc itaq; meritò ait carnis esum magis ferre, ut quæ pspirẽt: tum labores, quoniã minus lassitudinẽ percipiũt. Hoc quoq; in libro de Sanitate tuenda intelleximus. Si hæc ita tolerant, etiam εὐεξίας diuturniores habebunt: ut quæ non promptè ad summum perueniant.*

Qui cibos postero die eructant, & præcordijs dolent, ijs veluti crudis adhuc cibis diutius dormiendũ: nouũ genus laboris subeundum est. Vinũ meracius largiusq; bibere oportet: cibis vti paucissimis. Quippe constat, ventriculum imbecillitatis, frigorisq; vicio, ciborum copiam concoquere non posse.

*¶Probè ad sermonis calcem adiecit: constat uentriculum ciborum copiam, imbecillitatis ac frigiditatis uicio concoquere non posse: Quippe huc respiciens excalfacere ipsum conatur, ac ob id diuturniorem somnum ipsis consulit: tum exercitia, uinum meracius & copiosius, cibos pauciores tunc, cum cruditatem contraxerint. Nam si reliquo tempore exercentur, mouentur, uinúmque bibunt (uti diximus) nihil à mediocri ciborum copia demendum erit.*

Qui siti premuntur, parcius edent, minusq; laborabunt: vinũ dilutum simul, & perfrigidum bibent.

*¶Nunc quidem calidæ naturæ notas sic prodidit. At in sexto Epidemiorum in hunc modum scriptum est: " In calida natura, frigidæ potio, & quies. Ipse nanq; cũ corporis temperaturam nominasset, mox diætam subijcit, qua sic affecti utũtur. Summam autem refrigerationem*

gerationem

*gerationem habet, ad quam consequendam uictus ratione, efficaciora sunt, aquæ potio, & otium. In præposita serie quiescere aliud appellauit, cum diceret, laboribus demendum: pro aquæ potione scribẽs, uinũ bibãt dilutum, & perfrigidum. Atq; mihi uidetur hic rectius laudari. Siquidem diluta potio & frigida, nihil minus refrigerare potest: sumitq; ex uino præsidia.*

Quos dolores viscerum infestant: vel ex labore, vel alia quadam ambulatione, sine cibis recreandi sunt: modica potio conuenit, præsertim ea quæ vrinam cieat: quo venæ ex visceribus prodeuntes repletæ non distendantur. Nã hinc inflationes febrésque oriuntur.

*¶ De omnibus his præceptis abũde in libro de Tuenda ualitudine disseruimus, quanq̃ hic quoq; commẽtationis gratia illic tradita, silentio non præteribimus. Multis enim uel integris ab omni febre, dolores oriũtur in uisceribus: maxime iocinori, quũ à cibo nos exercitauerimus, uel lauerimus: idq; propter uisceris meatuum angustiam: & humorũ qui transmittuntur crassitudinem. Dum enim infarciuntur, retinenturq; arctis uenarum terminis, per quos sanguinis fit trãssumptio ex iocinoris caua partẽ in gibbam, transitus impediũtur. Atqui distendunt in cauitate uidelicet iecoris uenas: quibus ita affectis, dolorem sine febri etiam persentiscunt.*

*ſcunt. Quieſcere hos conuenit, quo tempore dolent: itẽ bibere quod urinã moueat, & iecur reſeret. Niſi enim reddant urinã, tubera & febris ex huiuſmodi cauſis, proueniunt.*

Quibus morbi à cerebro naſcuntur, ſtupor caput primum occupat, vrina ſæpe redditur, idem affectus qui in ſtillicidio. Diebus nouem ita laborant: & ſi aqua vel muccus ex naribus, vel auribus fluxerit, morbo liberãtur, & à ſtillicidio quieſcunt. Vrinam vero ſine moleſtia copioſam, & albã reddũt. Ad viginti dies etiam capitis dolor abit. Intuentibus ſplẽdor ipſis obſcuratur. Porro qui colligere poteſt ſanitatem hominibus quouis precio æſtimari, ſciet ex ſua ipſius ſententia in morbis ferre præſidium.

*¶ Non iniuria multis hæc oratio ſuſpecta fuit: nonnulli etiam damnauerunt in uniuerſum, ceu quam ne Polybus quidem, nedum Hippocrates ſcripſerit. Nam orationis exordiũ plane indiſtinctum eſt: quippe quod à cerebro ſtuporem & urinæ ſtillicidium fieri inferat. Neque ſi putes ipſum non omnes morbos quæ à cerebro ſunt pronunciare tales exiſtere, ſed eos ſolum in quibus*

*quibus circa aures naresq́;,aquæ,aut mucus effluentibus morbum sedarit,uerum esse poterit,quod tradidit.Neque enim id fieri perpetuò,imò nec sæpe uidemus.∴*

Τέλος.

¶Excudebat Christianus VVechel apud inclytam Parrhisiorum Luteciam M. D. XXIX. Mense Augusto.


VNICVM · ARBVSTVM · NON ALIT
DVOS ERITHACOS